ROK VII
Nr. 1.
Styczeń 1
Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

Gdy o północy ostatniego grudnia rozlegnie się 12 uderzeń zegara, ogarnia nas nieprzemożona fala wzruszenia... Tyle, tyle godzin północy w roku, a ta jedna, jedyna taka inna.... Dziwny czar od niej bije, czar rubieży, czar końca i początku zarazem, a z niego wytryska nagle moc, siła, impuls do postanowień, przyrzeczeń, zmian i marzeń na Rok Nowy, bodaj szczęsny, lepszy, łatwiejszy do przeżycia!

I Ty, Młoda Matko, pobiegniesz w owej chwili do łóżeczek najdroższych Ci Istot spojrzeć na Ich uśpione buzie. I cicha modlitwa popłynie z ust Twoich o Ich szczęśliwe jutro.... Życzymy Ci więc w tę noc czarowną wytrwania, zdrowia i sił do Twej żmudnej, codziennej, trudnej a słodkiej i dobrej pracy nad Dzieckiem i dla Dziecka.

Życzymy, aby i mąż Twój stałem, silnem, niewzruszalnem a rozumnem poparciem wspierał Cię, pomagając w tym trudnym, a tak odpowiedzialnym obowiązku rodzicielskim jakim jest wychowanie — przyszłego człowieka.

REDAKCJA

Jak się ustrzec odmrożeń.

Późna w tym roku i łagodna dotychczas zima, może nam jeszcze zrobić niejedną niespodziankę, dlatego też chciałabym tu podać kilka uwag. jak ustrzec dzieci od odmrożeń, tych szpecących, dokuczliwych i bardzo uporczywych nabytków, do których można przy pewnej uwadze i zapobiegliwości nie dopuścić, nie pozbawiając jednocześnie dziecka koniecznych dla jego zdrowia spacerów.

Nie będę mówił tu o „przeziębieniu", które należy do innego rodzaju zjawisk i występuje w nieco innych warunkach, boć „przeziębić" się można nawet wśród największych upałów, tylko o tych często widywanych czerwonych, opuchniętych, bolesnych uszach, czorwono-sinych, błyszczących i swędzących palcach u rąk i nóg.

Taki, raz już nabyty, stan skóry jest bardzo uporczywy, utrzymuje się latami i trudno poddaje się leczeniu.

Aby wywołać odmrożenie potrzebne są dwa warunki, mianowicie: do-

stateczna siła zimna i dostatecznie długi czas jego działania. Oprócz tego gra też rolę wrażliwość ściśle osobnicza.

Pojęcie zimna jest względne. Mówiąc o niem, trzeba mieć na uwadze nie tylko liczbę stopni poniżej zera, jaką wskazuje termometr, ale także wilgotność powietrza i siłę wiatru. Łatwiej jest ulec odmrożeniu przy kilku stopniach powyżej zera w pluchę i wiatr, niż przy kilku stopniach mrozu w cichy, pogodny, słoneczny dzień. To też zależnie od pogody należy pozwalać dzieciom na krótszy lub dłuższy spacer i dbać o odpowiednie ich ubranie.

Jeśli chodzi o dzieci, które jeszcze nie biegają, to niemowlęta do 4—6 tygodni w zimie nie powinny być wogóle wynoszone na wolne powietrze, musi im wystarczyć odpowiednio częste i dokładne wietrzenie pokoju. Od tego wieku niemowlę powinno być już wynoszone, oczywiście odpowiednio ciepło ubrane (koło nóżek można położyć butelkę z ciepłą wodą), przyczem nosa i policzków nie trzeba przykrywać, można je tylko posmarować wazeliną dla ochrony delikatnego naskórka od bezpośredniego zetknięcia się z ostrem powietrzem. Dla tych dzieci spacer dozwolony jest w godzinach południowych w bezwietrzne dni do 4—8 stopni mrozu.

Dzieciom, które już biegają, granica ta może być obniżona do 10-ciu, a nawet więcej stopni, znów pod warunkiem odpowiedniego ubrania i zmuszenia ich do ruchu. Ruch powoduje szybszy obieg krwi, ukrwienie skóry staje się lepsze i w ten sposób chroni ją od wewnątrz od skutków zimna. Ubranie takich starszych dzieci musi być ciepłe i lekkie. Warunkom tym w zupełności odpowiada wełna. Czapeczki powinny być z nausznikami, rękawiczki — wełniane, luźne, z jednym palcem.

Jeżeli jednak, mimo wszelkich ostrożności, zauważymy, że któraś z odkrytych części ciała zamiast, jak normalnie, różowo-czerwona, staje się sino-blada, jest to znak, że grozi odmrożenie. Nie należy wtedy, broń Boże, wracać czemprędzej do domu i rozgrzewać dziecko przy piecu, lecz zaraz na miejscu, jeśli jest śnieg — to śniegiem, jeżeli go niema — to poprostu ręką rozcierać zagrożone miejsce tak długo, aż stanie się żywoczerwone i ciepłe.

Dr. Z. Morawski.

Pragniesz rozwoju pisma, polecaj je młodym matkom i wnoś regularnie prenumeratę

O domowem leczeniu borowiną.

Leczenie zdrojowe stanowi obecnie potężny dział w ogólnym arsenale środków leczniczych. Między innemi kąpiele i okłady borowinowe odgrywają w niem dużą rolę. To też rok rocznie w okresie sezonu kąpielowego tłumnie i rojno jest po różnych zdrojowiskach.

Nie wszyscy jednak, niestety, chorzy mają możność korzystania z tych naturalnych dobrodziejstw leczniczych u ich źródła. Wiele na to składa się powodów: nieraz w rachubę mogą wchodzić wysokie koszta, związane z wyjazdem, zwłaszcza w obecnej dobie ciężkich warunków gospodarczych; niekiedy znowu okres chorobowy nie zbiega się z sezonem lub uciążliwa podróż odstrasza chorego, ewent. jego rodziców.

Aby temu zaradzić, niektóre zdrojowiska zaczęły wysyłać swe źródlane produkty do leczenia domowego. Do niedawna mieliśmy na naszym rynku wyłącznie muł piszczański pod postacią t. zw. kostki mułowej „Pi Qa" i gotowych kompresów mułowych. W obecnej chwili mamy już i własne, krajowe. Państwowy Zakład Zdrojowy w Ciechocinku oraz zdrojowisko Morszyn rozsyłają surową borowinę na okłady i do kąpieli. Ciechocinek produkuje ług (zagęszczony przez odparowanie wyciąg borowinowy) w butelkach jednolitrowych oraz szlam w woreczkach 5-cio i 10-cio kg., Morszyn zaś — sól kąpielową w cegiełkach.

Lecz cóż to jest ta borowina, o której się tyle mówi? Jest to poprostu odmiana torfu, powstająca przez butwienie ciał roślinnych w wilgoci bez dostępu powietrza atmosferycznego. Muł stosowany w lecznictwie — to osad, tworzący się na dnie i brzegach mórz, jezior słonych oraz źródeł mineralnych. Lecznicze działanie zależy od obecności w nich soli, różnych kwasów organicznych oraz ich gęstej konsystencji. Dzięki swej gęstości i złemu przewodnictwu ciepła, pozwalają one na lecznicze stosowanie wysokiej temperatury (do 40°C). Po takiej kąpieli skóra zaczerwienia się wybitnie i zjawia się skłonność do potów.

W jaki sposób przeprowadza się leczenie w domu?

Celem przygotowania okładu borowinowego, rozprowadza się suchy szlam niewielką ilością gorącej wody na gęstą papkę. Można także wsypać suchą borowinę do zimnej wody i gotować aż do uzyskania gęstej masy. Tak przyrządzoną borowinę wkłada się do woreczka. Następnie na chorą część ciała kładzie się najpierw kilka ręczników lub ścierek, by zabezpieczyć się przed oparzeniem skóry, potem woreczek z borowiną, na niego znowu ręcznik i wreszcie zawija się wszystko grubym wełnianym kocem.

Czas trwania okładu — około poł godziny. Po zdjęciu okładu wskazana jest ciepła kąpiel lub wprost położenie się do ogrzanego łóżka.

Przyrządzenie w domu kąpieli borowinowej sprawia zwykle więcej kłopotów, ale jest także możliwe do urzeczywistnienia. Bierze się wtedy na kąpiel wannową $^1/_2$—$1^1/_2$ kg. (zależnie od wieku dziecka) szlamu ciechocińskiego i około $^1/_2$—1 butelki ługu, ewentualnie $^1/_2$—1 cegiełki soli kąpielowej morszyńskiej. Wanna powinna być drewniana lub t. zw. porcelanowa. Kąpiel borowinowa trwa dłużej — 30 — 45 min., potem niezbędną jest letnia kąpiel oczyszczająca.

Leczenie borowinowe jest wskazane w przewlekłych sprawach zapalnych. Przekrwienie, spowodowane przegrzaniem, przyśpiesza bowiem wchłanianie się produktów zapalnych i odnawia życie w zastarzałych ogniskach chorobowych.

Aczkolwiek w wieku dziecięcym leczenie mułem i borowiną stosuje się naogół mniej często niż u dorosłych, to jednak można je zalecać z powodzeniem u dzieci w różnych przewlekłych cierpieniach stawów, zgrubieniach kostniny po złamaniach, gośćcu i w wielu innych.

Należy jednak z naciskiem podkreślić, że wskazania do leczenia borowiną oraz ilość potrzebnych zabiegów ustala zawsze i wyłącznie lekarz w każdym poszczególnym przypadku. Nieoględne bowiem stosowanie różnych zabiegów wodoleczniczych w wielu razach zamiast pożytku przynosi tylko szkodę.

Na zakończenie warto dodać, że taka kuracja domowa niezawsze może zastąpić właściwe leczenie u źródła. Wtedy trzeba udać się do jednego ze zdrojowisk, ale raczej krajowych niż zagranicznych. My właściwie w chwili obecnej nie potrzebujemy już szukać zagranicy (np. Piszczan). Mamy bowiem wiele własnych, a w pierwszym rzędzie Ciechocinek, Morszyn, Niemirów i inne. W Niemirowie np. posiadamy olbrzymie pokłady dobrej borowiny i chociaż miejscowość ta jest jeszcze niedostatecznie urządzona i doceniana, to jednak ma wszelkie dane, aby zostać pierwszem uzdrowiskiem borowinowem.

Dr. P. Wójciak.

DO CZYTELNICZEK

DO LISTÓW, WYMAGAJĄCYCH ODPOWIEDZI LISTOWNYCH BĄDŹ PRZEZ PISMO, NALEŻY DOŁĄCZYĆ GR. 50 NA ODPOWIEDŹ.

LISTY, DO KTÓRYCH NIE BĘDĄ DOŁĄCZANE ZNACZKI, POZOSTAWIANE BĘDĄ BEZ ODPOWIEDZI.

Budynie w odżywianiu niemowląt i dzieci.



Jeżeli poświęcamy specjalny artykuł budyniom, to dlatego, że w odżywianiu niemowląt i dzieci posiadają one czasami wyjątkowo duże znaczenie i należy, aby matki były zawczasu poinformowane o sposobach przygotowania ich i stosowania u dzieci.

Wiemy, że podstawą odżywiania dziecka w I roku życia jest pokarm naturalny, albo mleko krowie. W II roku i później mleko nie odgrywa już tej roli, jednak w różnych postaciach stale wchodzi w skład odżywiania dziecięcego.

Zdarzają się jednak przypadki, zwłaszcza przy odżywianiu wyłącznie sztucznem, że niektóre niemowlęta i dzieci starsze absolutnie nie znoszą mleka. Dzieci te na żywieniu mlecznem źle rozwijają się i nie przybierają na wadze. Czasami zdarza się, że zaburzenia wywołane mlekiem są tak poważne, że uniemożliwiają zupełnie wszelkie próby podania dziecku najmniejszych ilości mleka krowiego. Przy odżywianiu naturalnem może to zdarzyć się tylko wyjątkowo.

Trudności wtedy są olbrzymie, gdyż w tym wieku mleko jest jedynym pokarmem, który dostarcza dziecku wszystkich składników pokarmowych w ustosunkowaniu zrównoważonem, i odstawienie mleka prowadzić może do ciężkich postaci wyniszczenia dziecka.

Wobec tego, były czynione próby, aby znaleźć odpowiednik pokarmowy mleka, który dałby się zastosować nawet u niemowlęcia, zawierał wszelkie niezbędne dla prawidłowego rozwoju dziecka części składowe, a jednocześnie dziecku nie szkodził. Próby te zostały uwieńczone powodzeniem, i obecnie mamy odpowiednie odżywianie w postaci specjalnych budyniów, których przygotowanie w domu jest łatwe i dostępne dla wielu matek.

Musimy odróżnić dwa zasadnicze rodzaje budyniu mającego zastąpić mleko w odżywianiu niemowlęcia i dziecka. Jeden rodzaj, w którego skład wchodzi mąka, masło, cukier i jajko zastępuje mleko tylko częściowo, lub na czas względnie krótki, gdyż zawiera zamało białka i soli mineralnych.

Drugi rodzaj jest przeznaczony dla całkowitego zastąpienia mleka na czas nieograniczony. Prócz wymienionych składników zawiera on jeszcze gotowaną i przetartą wątróbkę cielę-

cą; wątróbka zawiera bowiem niezmiernie wartościowe białko, różne sole mineralne i witaminy.

Przygotowanie budyniów jest następujące:

Wziąć: $^1/_4$ litra wody, 1 jajko, 40 grm. ryżu, lub mąki ryżowej, lub utartego sucharka, 10 lub 20 grm. świeżego masła, 1 grm. soli kuchennej, $^1/_2$ grm. sody, 40 lub 50 grm. cukru, 80 grm. gotowanej i przetartej wątróbki cielęcej.

wątróbki, postępuje się jak wyżej, biorąc jedynie więcej ryżu lub utartego sucharka (70 grm.).

Budynie te, aby mogły być podane niemowlęciu, rozcieńcza się słabą herbatą w stosunku jednej części budyniu do dwóch części herbaty lub pół na pół. Na porcję bierze się 50 do 100 grm. budyniu.

Po rozcieńczeniu powstaje rodzaj mieszanki o wartości odżywczej wyższej nawet, niż zwykłe mleko nieroz-



Do roztartego osobno żółtka z cukrem i masłem dodać dobrze rozgotowany i przetarty przez sitko ryż (lub utartą mączkę z sucharka), wymieszany z 250 grm. wody. Ugotować wątróbkę w niewielkiej ilości wody; po ugotowaniu przetrzeć przez sitko razem z pozostałą od gotowania wodą. Zmieszać wszystko razem, dodać ubite na piankę białko, sól i sodę, dobrze wymieszać i gotować w formie dla budyniów w ciągu $^3/_4$—1 godziny.

Dla przygotowania budyniu bez

cieńczone. Zawiera ona wszystkie bez wyjątku niezbędne składniki pokarmowe jak to: wodę, sole mineralne, węglowodany, białko, tłuszcz i witaminy. Niemowlęta, począwszy nawet od 2-go kwartału życia, znoszą zwykle ten sposób żywienia dobrze, normalnie rozwijają się i przybierają na wadze.

Jasne jest oczywiście, że zastępowanie odżywiania mlecznego podanem wyżej, u niemowlęcia nie powinno mieć miejsca bez należytego uzasad-

nienia i winno być prowadzone pod kierownictwem lekarza.

Najczęściej niema potrzeby uciekać się do stałego i długotrwałego żywienia w ten bądź co bądź bardziej złożony i uciążliwy sposób. Bezmleczna djeta bywa zwykle tylko djetą przejściową, przeznaczoną na okres choroby dziecka, po którym w miarę wzrostu dziecka i poprawy jego stanu można przejść stopniowo na odżywianie zwykłe.

U dzieci starszych budyń jako pokarm pełnowartościowy z pożytkiem może być także stosowany (w postaci nierozcieńczonej) w różnych zaburzeniach odżywiania i wyniszczeniach, a także w przypadkach niedokrewności, gdyż wiemy obecnie, że wątroba zawiera potężny czynnik leczniczy w stosunku do niektórych postaci tej choroby.

Dr. Jerzy Wiszniewski.

Gry i zabawy ruchowe w zimie.

II.

Wśród zabaw ruchowych na wolnem powietrzu w zimie na największą uwagę zasługuje ślizganie się na lodzie. Jest to pożyteczna, przyjemna, a zarazem nadzwyczaj zdrowa zabawa. Uprawiane przez dorosłych i młodzież jako sport zimowy łyżwiarstwo znane jest u nas oddawna, niema ono takiego jednak rozpowszechnienia, jakiem powinno cieszyć się w kraju tak równinnym jak Polska.

Ciasnota, większe skupienia ludzi w mieszkaniach wielkomiejskich, zwłaszcza w porze zimowej, bardzo ujemnie wpływa na stan naszego zdrowia, a szczególnie na stan zdrowia naszych dzieci. Dlatego też pobyt na świeżem, najczystszem powietrzu pod gołem niebem w lekkiem ubraniu w ciągu kilku godzin jest dla zdrowia niewymownie cenny. Ślizganie się na lodzie wyrabia u dzieci zręczność, przytomność umysłu. zimną krew i kształci równowagę dziecka. Ślizgając się, jesteśmy w ciągłym ruchu, oddechy nasze są głębokie, a więc dobra wentylacja płuc, oddychamy przytem przeczystem powietrzem bez odrobiny pyłu, kurzu czy dymu. A przez wciąganie do płuc dużych porcyj świeżego, ostrzejszego, chłodniejszego powietrza i przez ciągłe stykanie się tego powietrza z błoną śluzową gardzieli, tchawicy i oskrzeli, co uodparnia tę błonę, zabezpieczamy się poniekąd przed tak zwanem przeziębianiem się, a zatem hartujemy się. Pozatem rozwijamy, kształcimy wszystkie niemal mięśnie naszego ciała.

Ślizgać się mogą już dzieci w wieku 4-ch lat, a niekiedy nawet wcześniej. Naturalnie, że ślizgającym się dzieciom towarzyszy tatuś lub mamusia, a niekiedy oboje jednocześnie. Korzyści, jakie osiągają ze ślizgawki dzieci, spadają również na ślizgających się rodziców lub osoby, dzieciom towarzyszące.

Dużych kosztów ślizgawka nie wy-

maga; potrzebne są tylko łyżwy, odpowiednie obuwie, które może być jednocześnie do codziennego użytku i kilka godzin czasu.

Nauka ślizgania się nie jest znowu tak trudna zarówno dla dorosłych jak i dzieci. Po kilku lekcjach można utrzymać się jako tako na lodzie, jednym przychodzi to łatwiej, innym trudniej; dzieci i młodzież wcześniej, łatwiej nauczy się ślizgać, niż dorośli. Na miejsce tremy, niepewności, niepokoju w pierwszych dniach na lodzie przychodzi, opanowuje nieprzeparta chęć ślizgania się bez końca, aż do wyczerpania się w dniach następnych, kiedy już, jako tako, udaje się utrzymać na łyżwach.

Ślizgawka ma w sobie coś kuszącego, coś pociągającego; ci o tem wiedzą, co ją uprawiają. To też dzieci, młodzież i ci wszyscy, którzy „zakosztowali" cośkolwiek ślizgawki, tęsknią do zimy i radośnie witają pierwsze mrozy.

Dzieci blade, anemiczne, cierpiące na bezsenność, brak apetytu, po ślizgawce lepiej jedzą, lepiej śpią, poprawiają swoją cerę i swój stan ogólny. Można bez przesady powiedzieć, że tereny ślizgawkowe są oazami zdrowia w zimie w wielkiem mieście. Pobyt na lodzie w ciągu kilku godzin, to niemal pobyt w Zakopanem

W piśmie, poświęconem zdrowiu i wychowaniu dziecka do lat siedmiu, zalecam ślizgawkę dzieciom powyżej 4-ch lat, zaleca się ona bardziej jeszcze młodzieży szkolnej i dorosłym.

Mówi się często, że ślizgawka jest niebezpieczną. Zdaje mi się, że jeden poranek gołoledzi na chodnikach dostarcza więcej ofiar i nieszczęśliwych wypadków, niż cały sezon ślizgawkowy. Zdarzają się, oczywista, drobne stłuczenia i na ślizgawce, ale ciężkich wypadków bywa naogół niewiele.

Traktowana jako miła, przyjemna i zdrowa zabawa w wieku dziecięcym — ślizgawka, przeradza się w pożyteczny sport w wieku szkolnym i dojrzałym.

Obok swego nieocenionego pożytku dla zdrowia, sport ten, u dorosłych, spełnia jeszcze inną doniosłą rolę: odciąga od szarzyzny dnia codziennego, od wielu niezdrowych zabaw i chorobliwych nałogów.

Dr. St. Średnicki.

Dr. med. WITOLD BORKOWSKI
b. adjunkt kliniki Dermatologicznej Uniwersytetu Warsz.

przyjmuje dzieci
wyłącznie z chorobami skóry i wener.

Godz. od 2 — 3 i na telefoniczne zamówienie

UL. MARSZAŁKOWSKA 79. TELEFON 8-98-20.

Podsłuchane rozmowy.

1.

W miejscach publicznych: w teatrze i kinie podczas przerw, w pociągu, tramwaju, w ogrodzie, na spacerze i w tak zwanych rozmaitych ogonkach jesteśmy często narażeni na podsłuchiwanie naszych rozmów i sami też mimowoli podsłuchujemy.

Wpadają nam w uszy poszczególne wyrazy, całe zdania, urywki z rozmowy. Najczęściej to, co usłyszymy tą drogą, szybko ulatnia się, niekiedy jednak przeciwnie, utrwala się w naszej pamięci, zwłaszcza, jeżeli są to powiedzenia ciekawe, oryginalne lub tchnące humorem i dowcipem. Słowem, tak niechcący usłyszane rozmowy najczęściej nieznanych nam osób niekiedy mogą nam dostarczyć trochę korzyści, wzbogacając nam wiadomości i rozszerzając coś niecoś nasz horyzont umysłowy.

Zrządzeniem losu, najniewinniej w świecie, spora garstka takich urywanych rozmów obiła się o moje uszy i utrwaliła się w mojej pamięci.

Tą zdobyczą, bez trudu osiągniętą, chcę podzielić się z czytelniczkami „Młodej Matki". Trąci to trochę niedyskrecją, ale sądze, że niedyskrecją minimalną, boć nie znam osób, których rozmowy odtwarzam, a gdybym nawet znał, to nigdy przecież nazwisk nie wyjawię.

Wszystkich usłyszanych rozmów bądź ciekawszych powiedzeń nie przytoczę w roku bieżącym, ograniczę się tylko do liczby, w jakiej ukaże się „Młoda Matka".

2.

A więc pewnego razu... na niewielkim placyku - boisku w parku bawią się dzieci, śnieg grubą, białą powłoką pokrył ziemię. Dzieci radują się, mają materjał do zabawy. Uganiają się, biegają, z wilgotnego śniegu lepią gałki, budują wały, robią bałwana. Twarze ich zarumienione, tryskające radością.

Niedaleko od bawiących się dzieci stoją dwie panie i o czemś rozprawiają. Może o krawcowej, albo o kryzysie. Jedna z nich jest mamusią Basi, a druga Jurka, o czem świadczą ciągłe nawoływania i uwagi, skierowane do swoich dzieci. Nie interesowało mnie o czem mówiły, ale czy rozmowa stała się głośniejszą, czy wiatr. idący od nich w moim kierunku, stał się silniejszy, dość, że kilka zdań, przez nie wypowiedzianych, wdarło do moich uszu.

„Gdzie to Pani podziewała się, że tak długo nie było widać, czy może chorowała"? — zapytuje matka Jurka. „Basia zachorowała mi na odrę"— odpowiada druga Pani. „Odra to przykra choroba" — mówi mamusia Jurka. „Jurek też chorował na odrę, ale wyzdrowiał. Naturalnie, ja zaraz dałam mu miód do picia. Okno za-

wiesiłam czerwoną firanką, z poduszek i pierzynki pozdejmowałam białe powłoczki, pozostały tylko czerwone, słowem, w pokoju zrobiło się czerwono, bo odra lubi czerwony kolor. Jurka ciepło ubrałam, bo poza płócienną koszulką włożyłam na niego dużą barchanową i sweter i tak ubranego przykryłam pierzyną i kołdrą. W piecu paliłam dzień i noc. Z Jurka pot się lał strumieniem.

Miód z początku pił, ale potem nie chciał, więc siłą mu wlewałam do buzi, Jurek dostał boleści w brzuchu, wymiotował kilka razy i miał rozwolnienie, może zadużo miodu dałam mu, ale cóż zrobić, miód przecież wygania wysypkę odrową na wierzch, a najgorzej jest, jeżeli wysypka schowa się do środka".

„Ja również, podejrzewając u Basi odrę w pierwszym dniu zjawienia się wysypki, kupiłam miodu, napaliłam dobrze w piecu, zrobiłam w pokoju na czerwono, ciepło Basię ubrałam i wezwałam lekarza. Ten zaś, widząc miód, czerwone oświetlenie pokoju i czując ciepło jak w ulu, powiedział z pobłażliwym uśmiechem, że ani miód, ani czerwony kolor, ani takie obfite opalanie mieszkania i ubieranie dziecka niema najmniejszego wpływu na lżejszy przebieg odry, nie może również to wszystko zapobiec powikłaniom, które podczas odry często zdarzają się.

Miód, jako napój pożywny i lekkostrawny, może być podawany dzieciom w stanie zdrowia i podczas rozmaitych chorób, nie należy go podawać siłą, w odrze zaś nie odgrywa on żadnej roli w sensie lżejszego przebiegu.

Zapalenie spojówek ocznych, które zjawia się u dziecka wraz z odrą powoduje, że jasne światło w pierwszych dniach odry razi trochę wzrok dziecka, to też przyciemnienie oświetlenia w pokoju w pierwszych dwóch—trzech dniach jest pożyteczne (choć niekonieczne).

A już naprawdę szkodliwe jest przegrzewanie i tak gorączkującego dziecka przez obfite opalanie mieszkania oraz nakładanie kilku koszulek, pierzyny i kołdry. Tak mi powiedział ów wezwany lekarz".

Nie słyszałem o czem jeszcze mówiły dwie młode matki, ale to co usłyszałem było dla mnie dość ciekawe i pouczające.

S. S.

Pamiętaj

że przykład ważniejszy jest od słów!

T a k t.

Dbając o moralne wychowanie dziecka powinniśmy przedewszystkiem położyć nacisk na zasadnicze cechy jego charakteru: powinniśmy więc czuwać, aby nie kłamało, nie okazywało okrucieństwa, nie było tchórzem i t. d. Rzadko jednak przychodzi nam na myśl, aby popracować nad wyrobieniem w niem zalety, i umiejętność zastanawiania się nad czynem i słowami. Miłość jest uczuciem wrodzonem, nawet najmniejszemu dziecku, przeciwnie, zastanawiać się zaczyna dopiero w szóstem lub siódmem roku życia, a do tego wieku pochłania je tylko bezkrytyczna obserwacja. Z tego wynika, że możemy uczyć taktu dzieci dopiero od siódme-



którą w braku lepszego słowa nazwałabym *taktem*. Pod słowem tem zupełnie niesłusznie rozumie się często tylko zalety zewnętrzne, towarzyskie. Ma ono jednak sens głębszy. Jest to jakby szósty zmysł — zmysł wyczucia, co może zranić lub zrobić innym przyjemność, to szacunek dla uczuć, często niewypowiedzianych, dla ludzkiej niedoli i słabości.

Podstawą taktu jest więc miłość

go roku życia. Niestety, napotykamy tu pewną trudność, bo właśnie w tym wieku mają one wszystkie cechy, które znamionują brak taktu: są ciekawe, gadatliwe, niedyskretne, bezwzględne.

Czy wynika stąd, że mamy tępić lub tłumić te właściwości dziecięcego wieku? Nie, są one bowiem konieczne dla jego rozwoju, dzięki swej ciekawości dziecko zdobywa potrzebne mu

wiadomości, dzięki gadatliwości dokładnie i obszernie mówi nam wszystko, co myśli i czuje, opowiadając o tem co go interesuje. Cieszymy się też, gdy surowo sądzi to, co uważa za złe, niesprawiedliwe lub fałszywe. Pozostaje nam więc nie zabijać w dziecku tych właściwości tak koniecznych dla kształtowania się jego osobowości, ale czuwać nam trzeba, aby nie zabiły one w niem tej delikatności uczuć, którą nazywamy taktem. Powoli i oględnie należy wprowadzać w świadomość dziecka harmonję między potrzebą szczerości a koniecznością, aby bez potrzeby nie ranić niczyich uczuć i nie wyrządzić przykrości. Nauczyć ich, że surowe sądzenie złego czynu nie wyklucza pewnej dobroci i pobłażliwości dla tych, którzy je popełnili. Miłość zaś prawdy niekoniecznie prowadzić musi do niedyskrecji.

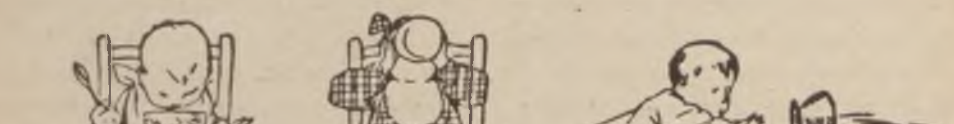
Życie nasuwa nam ciągle sposobności do wyrabiania w dzieciach taktu. Oto idzie kulawy chłopczyk — dzieciom wydaje się śmieszny, więc z całą niedyskrecją wybuchają śmiechem i pokazują go sobie paluszkami. Mówimy wtedy, że mają złe serca. Nie, one się tylko nie zastanowiły, uderzył ich wyłącznie komizm, a nie zwróciły uwagi na niedolę kulawego chłopca. Trzeba im wytłumaczyć, że w tym wypadku śmiech, objaw ich naturalnej wesołości, z którego zazwyczaj tak się cieszymy, rani biednego chłopca, bo wynika z tego co dla niego jest źródłem cierpienia i przypomina mu jego kalectwo. Nauczmy ich wnikać głębiej, zdobywać ten szósty zmysł, który im wskaże nieomylnie, jaki ich postępek zrobi komuś niepotrzebną krzywdę lub przeciwnie ulgę czy radość.

„Mało dzieci — pisze Foerster — jest z natury delikatnemi i pełnemi taktu w stosunku do rodziców, można je jednak nauczyć, by idąc za wskazówką swego serduszka zauważyły, kiedy ojciec potrzebuje chwili spokoju lub kiedy matka przemęczona jest kłopotami i zgiełkiem domowym... powinni wtedy postarać się, aby oszczędzić rodzicom dodatkowego zmęczenia, hałasu i niepotrzebnych pytań lub żądań".

Taką samą delikatność należałoby wyrobić w dzieciach i w stosunku do innych domowników, do nauczycielki, do ludzi spotykanych na ulicy, w tramwajach i t. d. i t. d.

Zachowywać się cicho, gdy w domu jest ktoś chory, potrzebujący spokoju, zaprzestać śmiechu, gdy przechodzi pogrzeb, ustąpić starszej osobie miejsca w tramwaju — będą to wszystko objawy taktownego zachowania, które nic nie kosztuje, poza pewnym wysiłkiem zwracania uwagi i liczenia się z innymi, a nie tylko dogodzenia sobie, a które tak niesłychanie ułatwia życie, czyniąc je mniej brutalnem, bardziej harmonijnem i ludzkiem.

Hanna Łukaszewiczowa.



Wizyta.

Wizyta. Jak straszne czasem wydaje się to słowo dla kilkoletniego dziecka. Trzeba iść w świeżutkiem ubranku do starszych pań i panów, przez parę godzin siedzieć cichutko i grzecznie, pamiętać ciągle o tem, żeby się nie pobrudzić i przedewszystkiem nie przeszkadzać dorosłym.

Ale czasem wizyta wywołuje radość w dziecinnym pokoju. Jeśli malcy wiedzą, że pójdą do swych rówieśników, że będą tam się mogli swobodnie pobawić. Lecz te wizyty są tak rzadkie!

Często zdarza się słyszeć zdanie matek, że nie prowadzą swych dzieci nawet na takie wizyty, gdyż to jest niepedagogiczne, bo nowoczesne wymagania sprzeciwiają się temu i przecież dziecko wyrwane jest bądź co bądź ze swego jednostajnego regulaminu, na wizycie będzie jadło nie o tej porze, co zwykle i nie to, do czego jest przyzwyczajone, przytem, co najważniejsze, jest to zupełnie zbyteczna emocja, a dziecko w tym wieku jaknajmniej powinno mieć wzruszeń.

Dobrze jest, jeżeli w takim domu znajduje się więcej dzieci, lecz jeśli biedne samotnice i samotnicy przebywają wciąż sami, wtedy wyrządza się krzywdę takim dzieciom. A nawet w wypadku, gdy dziecko ma rodzeństwo, pozbawianie go towarzystwa obcych dzieci, do których nie jest przyzwyczajone tak, jak do swych sióstr i braci, jest bardziej szkodliwe z punktu wychowawczgo, niż zaprowadzenie dziecka na wizytę. I tak, jak nie obawiamy się nieuniknionych wzruszeń na ulicy wielkiego miasta i nie zamykamy dzieci w domu, tak należałoby się nie obawiać złych skutków wizyty. Może dobrzeby było zrezygnować raz na jakiś czas z ułożonego, jak w zegarku, życia, osiągając zato doskonałe rezultaty w innej dziedzinie wychowania.

Dziecko jest bardzo towarzyskie i należy mu zapewnić współżycie z innemi dziećmi. Trzeba mu dać pole do wydobycia na jaw jego instynktów społecznych, jego zdolności przystosowania się do życia w gromadzie.

I dlatego wizyty u rówieśników są tak pożądane. Bo to i towarzysze, z którymi trzeba się nauczyć bawić, którym czasem należy ustąpić, czasem wykazać dobre serduszko, opiekując się młodszą koleżanką, i nowe miejsce, często nieznane zupełnie, gdzie należy wykazać swoje zdolności organizacyjne, swoją odwagę.

Jakże często zdarza się widzieć małe dzikuski, tulące się w obcym domu trwożliwie do kolan matki, tak przykro odbijające się od rozbawionej, biegającej swobodnie po całym domu gromadki. „Idź się pobaw" — namawia mamusia — „ty przecież

umiesz tak bawić się w domu!". Ba, w domu, ale tu, w obcem miejscu!

A ostatecznie wizyta to znów nie jest tak strasznem przewróceniem „do góry nogami" porządku. Można się umówić, że podwieczorek będzie o tej i o tej godzinie, że się nań złożą owoce czy inne, przewidziane w programie codziennym, dania, że się bezwarunkowo przyjdzie punktualnie, ale zato wyjdzie o oznaczonej zgóry porze i, co najważniejsze, że się przyprowadzi zdrowe dziecko do zdrowych dzieci. Z tak obmyślanej wizyty napewno będzie sto razy więcej korzyści, niż z samotnego siedzenia w domu podczas brzydkich dni jesiennych i zimowych.

Marja Piskorska.

Wolno — nie wolno.

Pewnie — nakaz i zakaz to nie jest rzecz przyjemna ani w życiu dorosłego człowieka, ani w życiu dziecka. I jako środek pedagogiczny, niezawsze jest pedagogiczny: czasami sprowadza skutki, wręcz odwrotne naszym zamierzeniom. W stosunku do dzieci nakazami i zakazami szafujemy bezustannie — często nawet nie w celach pedagogicznych, nie dla wykształcenia jakiejś cechy charakteru dziecka, ale ot tak sobie — dla naszego widzimisię, a najczęściej dla naszej wygody. Rozumiemy np., że dzieciom ruch potrzebny dla zdrowia, rozumiemy, że muszą się wykrzyczeć, bo ich natura tego wymaga, ale gdy bawią się głośno w pokoju, gdzie my — starsi — rozmawiamy, gniewamy się. Nie wolno — siedźcie cicho! Nie wchodzimy w ich położenie. Przeszkadzają nam w rozmowie — więc wbrew swojej naturze mają się opanować i uczynić się niewidzialnemi i niesłyszalnemi dla nas — starszych.

Bywają rodzice bardzo surowi, bardzo wymagający, u których „nie wolno" jest chlebem powszednim.

Bywają i inni — i o tych właśnie chcę tutaj pomówić. Bywają tacy, którzy w stosunku do swoich ukochanych pociech nie uznają słowa „nie wolno". Ich dzieciom wszystko wolno, bo to... dzieci, bo to... ich kochane dzieci. Rozpieszczają je nadmiernie, nie nakładając żadnego hamulca na ich zbyt bujny temperament. Czasem robią to dla swej wygody (jak tamci, tylko w odwrotnym kierunku), a czasem... czasem są sterroryzowani przez własne dzieci. Bo i tak bywa.

Na dowód jak wiele rodzice dzieciom pozwalają — kilka przykładów z życia:

Przychodzi mama z 6-letnim Zygmusiem w odwiedziny do przyjaciółki. Przyjaciółka ta ma ładną bibljotekę, pełną cennych dla niej książek. Panie rozmawiają. Zygmusiowi nudzi się. Otwiera tedy bibljotekę, przysuwa sobie krzesełko, staje na niem i zaczyna zdejmować z wyższych półek

książki, biorąc po kilka naraz i kładąc na krzesełku. Mamusia się uśmiecha — dumna z synka: taki mały i już się interesuje książkami. W pewnym momencie maleńkie rączyny nie mogą utrzymać zbyt dużego dla nich ciężaru, i książki z hałasem spadają na podłogę — rogi załamane, kartki pogniecione...

Inny przykład. U państwa Z. imieniny starszego synka. Gości pełno. Starsi zebrani w pokoju stołowym, dzieci bawią się w sąsiednim dziecinnym. Kolacja. Ożywiona rozmowa w gronie starszych na temat zajmujących wydarzeń ostatniej doby. Nagle wbiega z hałasem czereda dzieci z synkami gospodarza na czele — i ci ostatni zaczynają ubierać zebranych przy stole w kolorowe błazeńskie kapelusze. Goście poddają się tej maskaradzie i nie oponują. Jakoś im nie wypada. A rodzice — czy uwierzycie czytelniczki — uśmiechają się błogo, dumni, że mają takich dowcipnych synów i zadowoleni, że ich dzieci tak się dobrze bawią.

Przytoczę jeszcze inny przykład. Do pensjonatu przyjechała matka z synkiem. Po ich wyjeździe, właścicielka willi weszła do opuszczonego pokoju i rzuciwszy okiem na pościel nie poznaje kołdry, którą wynajęła gościom. Kołdra była niebieska, obecnie jest niebieska w kwiaty.

Pokojówka wyjaśnia: pani, która wyjechała, chcąc uspokoić rozgrymaszonego synka, pozwalała mu bawić się zapaloną świecą stearynową. Właśnie najmilszą jego zabawą było „zdobić" kołdrę plamami stearynowemi.

Mama była rada, że ma spokój. O tem, że jej syn zniszczy cudzą własność — nie pomyślała.

Nie do uwierzenia, prawda? A jednak był to fakt autentyczny.

Możnaby przytaczać nieskonczoną ich ilość i to z różnych zjawisk dnia codziennego.

Oburzające fakty, prawda?

A nic w nich niema zmyślonego, wszystko widziałam na własne oczy. I dlatego chciałabym zawołać do matek:

Matki, ocknijcie się i zastanówcie, co robicie! Jaki los szykujecie swoim dzieciom? Zaspakajacie w dzieciństwie każdy kaprys, obdarzacie nadmierną swobodą, ulegacie im na każdym kroku i wychowujecie egoistę.

Przyjdzie prędzej czy później czas, kiedy synek wyjdzie z pod waszej opieki. Otoczą go ludzie obcy, a dla nich wasze matczyne przykazanie „on tak chce" nie będzie miało żadnego waloru. I nastąpi nieuniknione starcie, z którego wasz syn, nie umiejący ustępować drugim, nie umiejący panować nad sobą, nie znający żadnego hamulca dla swej woli, czy wyjdzie zwycięsko? Czy będzie się czuł szczęśliwy?

A przecież wychowujecie go dla społeczeństwa, dla gromady ludzkiej. On musi dać drugim coś z siebie. Jak taki egoista ustosunkuje się do bliźnich? Czy zrozumie swoją rolę w gromadzie, on, który tylko siebie ma za słońce, dookoła którego wszystko obracać się powinno?

Z. Roguska.

Kącik własny.

Nauczycielka od slöjdu obejrzała robótki dzieci i orzekła: „Już wszystko widziałam, ale nie mam w szafie miejsca. Pozabierajcie do domu, a jak będzie nasza wystawa przy końcu roku, to poprzynosicie!" Na parę dni przed popisem znosi dziatwa swoje pudełeczka, zakładki, torebeczki. Otoczyły nauczycielkę kołem, podają. Jedna tylko Jadzia stoi zdala pod oknem z pustemi rękoma. Ma zapuchnięte oczy i zanosi się od płaczu. „Co ci się stało, dziecko?" — pyta zaniepokojona nauczycielka. — „A bo Ta... tuś wy...rzucił mój ko...szyczek", odpowiada, łkając, maleńka. Nauczycielka uspakaja pilną i karną uczeniczkę, że to nie jej przecież wina, a przy okazji, później, rozmawia o tem z matką dziecka, woźną w szkole. Ta wyjaśnia: „Bo to mój stary nie wiedział, że to potrzebne jeszcze!" Koszyczek był nieudolny bardzo, ale pierwsza to samodzielna praca dziecka I oddziału.

Innym razem, inny Tatuś zrzuci z biurka na podłogę błąkający się tam sweterek lalki czy kołderkę z łóżka murzynka, czasem niania - analfabetka wymiecie parę liter z tekturowego alfabetu. A ileż kółek od toczących się baranków czy krówek, pojedyńczych kręgli, szklanych czy innych kulek od mozajki ginie bez śladu!

Tatuś usiadł na celuloidowej lalce 3 letniej Zosi i zrobił z niej placek. Tatuś - żywiec i niebardzo uważa, na czem siada; zresztą, była akurat szara godzina. Ale czemu leżała na tatusiowym fotelu? Innym razem spłaszczył blaszaną foremkę od ryby 6-letniej Mani. A sam ją nawet kupił, tak mu się podobało misternie wykonane cacko. Potrafi zepsuć i wyrzucić i najlepsza mama czy poważna babcia.

Tak, dzieci same niszczą i gubią swoje zabawki, a... pomagają im w tem i najczulsi opiekunowie, służba wreszcie, domownicy. Zabawki i wogóle przedmioty, należące do dzieci, rozwleczone są często bowiem po całem mieszkaniu; dzieci bawiąc się, biegają wszędzie, szczególnie teraz, późną jesienią, kiedy nieraz dni całe spędzają w czterech ścianach domu. Chcąc niedopuścić do podobnego nieporządku, po niemowlętach i najmłodszych sprzątamy zrazu sami, następnie zaś stopniowo wdrażamy w to dziecko, które, czując nacisk silnej woli naszej, zrozumiawszy, że tak robić należy, bo to mus, obowiązek, konieczność nieubłagana, po skończonej zabawie czy też przed ułożeniem się do snu robią to samo.

Malec, szczególniej po wizycie swoich małych gości, pozbiera do pudła marynarzy z łódkami czy okrętami, do drewnianej skrzyneczki łamigłówkę czy budownictwo, poukłada tekturki od loteryjki, odszuka pończoszkę lalki, która się akurat gdzieś

„zadziała", nożyk, widelczyk, przykrywkę od imbryka do wody od gospodarstwa lalki, ale to jeszcze nie wszystko! Czy ma on miejsce określone, specjalnie przeznaczone do swoich zabawek, czy do rzeczy własnych wogóle? miejsce, gdzie to wszystko, co jego, może stawiać czy kłaść, dane mu na stałe?

Żyjemy w czasach, kiedy posiadanie domku czy choć mieszkania na własność to pragnienie każdego rozumnego człowieka, wydzielmy i dziecku cząstkę z tego, co sami mamy, bo żądzę posiadania już dziecko ma w sobie wyraźnie zarysowaną, zainteresowanie bliższe przedmiotami, do niego należącemi, trzeba tylko to uczucie należycie, racjonalnie wykorzystać.

Wprawdzie bywa i tak: pewna mamusia ma roczną córeczkę i już obecnie, zawczasu myśli o jej kąciku. U bezrobotnego właśnie stolarza obstalowała białą niziutką szafkę. Z jednej strony na półkach będzie jej córeczka w przyszłości ustawiała zabawki, drugą połowę przeznacza do wieszania ubrania małej. Ale to wyjątki, przytem mamusia ta jest nauczycielką. Dzieci ludzi majętnych miewają zazwyczaj pokoje własne, „dziecinne", gdzie rezydują pod opieką wychowawczyń, odpowiedzialnych za to, żeby się zabawki nie pogubiły, były w należytym porządku, każda znalazła miejsce, lecz i w najmniejszem, nawet jednoizbowem mieszkaniu, trzeba w tym celu wydzielić dziecku do bezspornego władania jakąś cząstkę pokoju, róg najlepiej.

Dziecku małemu najwygodniej, no i najbezpieczniej na podłodze. Dobrze jest np. pod jakimś stołem, umieszczonym na stałe pod ścianą, nieruchomo. W małem bardzo mieszkanku otrzymuje kącik na oknie, komodzie, niewysokiej szafie, półce i t. d. i t. p.

Niezależnie przytem jednak od wielkości kącika musi mieć pewność, że to jest przestrzeń jego niezaprzeczenie, że mu jej nikt nie zajmie, nikt nic w jego „własnym kąciku" nie zmieni, że wolno mu gospodarować, jak zechce (pod naszą, ma się rozu-



mieć, niezwykle dyskretną, czujną opieką i z naszą na każde jego zawołanie pomocą stałą, współdziałaniem). W takim kąciku urządza swój pokoik dla lalki. Rozstawia mebelki, usadawia na nich lalki, Misia, czy układa w łóżeczku, wózku czy na fotelu bujanym, na leżaku. Na ścianie umieszcza malusie lusterko, zawiesza czy przykleja obrazki, kładzie dywanik pod stół, na którym ustawia serwis do kawy, czy też zasadza lalki do obiadu lub nawet słuchania malu-

siego gramofonu. Bogatsze w zabawki dzieci urządzają nie jeden pokoik, lecz 2, 3 w kątach miszkania; bywa i klasa, łazienka, podwórze folwarczne ze stajniami, bydłem, drobiem, pastuszkiem, pieskiem i t. p.

Dziecko godzinami porządkuje, ustawia, udoskonala „u siebie", zmienia przeznaczenie danego pokoju. Sypialka staje się nagle salonikiem lub naodwrót: lalki mają sypiać w najjaśniejszym kątku ze względów higjenicznych, ponieważ mamusia lalek usłyszała rozmowę starszych na ten temat.

W szufladzie czy na półeczce specjalnej lepiej książeczkom do czytania czy oglądania, oprawnym rocznikom pism dziecinnych, atlasikom ptaków, ssaków, roślin czy motyli, albumowi od pocztówek i t. p. Do pojedyńczych numerów „Płomyczka" zawiesza się deszczułkę na czterech sznurkach na ścianie. Wygodna półeczka, a przytem nie zabiera już miejsca na podłodze. Piłkę w siatce sznurkowej zawiesza się też na gwoździu na ścianie, również tekturowego pajaca, poruszanego za nitkę, kółko do toczenia, skakankę i t. p.

Kupujemy dla dzieci obecnie meble koszykową robotą, nawiasem mówiąc, względnie bardzo tanie. Otóż taki stoliczek dobrze jest przykryć całkowicie tekturą, a na niej umocować ceratkę — będzie wygodne miejsce dla dziecka do rysowania, pisania, malowania.

Wydzielenie dziecku kącika własnego, prócz względów natury czysto praktycznej (mniej okazyj do zatargów, kolizyj między starszymi a dziećmi) ma za sobą tak poważne, bijące w oczy racje natury idealnej, wychowawczej, że nie wątpię, iż słowa moje nie przebrzmią bez echa, szczególniej, że będą czytane koło Gwiazdki, Nowego Roku, kiedy to dobry moment zwyczajowy przeprowadzania poważniejszych zmian, wogóle nowych poczynań.

W artykule niniejszym nazywam zabawki, wogóle przedmioty kupne, przez dzieci zaś same przygotowane wyliczać trudniej, pomysłowość bowiem dziecka, szczególniej zdolnego do robót ręcznych, dalej dzieci rodzin rzemieślniczych, robotniczych czy wiejskich jest niezwykła.

Pamiętajmy o tem: kto się na malusim kąciku „lalczynym wprawi, będzie lepiej od innych umiał w przyszłości dopilnować porządku w mieszkaniu całem, dalej gospodarować w fabryce, mieście czy... województwie, bo czyż wiecie, do jakich przeznaczeń rosną dzieci Wasze, Drogie Czytelniczki „Młodej Matki"?

J. Gażyńska.

S p r o s t o w a n i e

W artykule: „Rodzice, a książki dla dzieci" Nr. 24 M. M. na str. 336 mylnie wydrukowano nazwisko autorki „Jacusia", powinno być Radwanowej, a nie Radwańskiej.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. Pani Marcie Zaborowskiej. Djeta 6-cio miesięcznego dziecka powinna być następująca: 4×pierś, 1×kasza i jarzyna. Poszczególna porcja jedzenia 180 gr.

Kaszkę mannę w ilości 1½ łyż. od herb. należy gotować na smaku z jarzyn, aż do zupełnego ugotowania i otrzymania 150 gr. Po ugotowaniu należy dodać 1½ łyż. od herb. cukru i ½ łyż. od herb. masła. Jako drugie danie jarzyny, dobrze ugotowane, przetarte i zaprawione masłem i cukrem do smaku. Porcje jarzyn stopniowo od 1 do 6 łyż. od herb.

Z jarzyn może córeczka Pani jeść marchew, kalafior, burak, szpinak i jarmuż.

Oprócz powyższego, tak jak mała dostaje dotychczas, surowe soki lub jabłko skrobane.

Sądzimy, że przy djecie, zawierającej jarzyny, zaparcia ustąpią

Dość częste oddawanie moczu przez niemowlę zdrowe nie powinno budzić obaw.

2. Pani Józefie Woźnickiej. O ile 3-letnie dziecko nic nie mówi, należy je bezwzględnie pokazać lekarzowi.

3. Pani Stefanji Lenckiej. Odpowiedź wysłana pocztą.

4. Pani Marji Kowalskiej z ul. Kapucyńskiej. Bardzo chętnie skorzystamy. Prosimy porozumieć się z Redaktorką osobiście. Redaktorka przyjmuje w środy 3—4½.

Książki nadesłane.

Dla młodzieży.

Wyd. Arcta: J. I. Kraszewski. *Sceny Sejmowe.* — Rex Beach. *Srebrna Ławica.* — Jan. Hełm - Pirgowa. *Zastęp.* — Hel. Grotowska. *Jeniec.*

Dom Książki Polskiej: Hel. Zakrzewska. *Pojednanie.* — Wacł. Gąsiorowski. *Dobosz Woltyżerów*

Wyd. Księgarni Św. Wojciecha, Poznań: O. M. Lekeux. *Płomień Ofiarny.* — Jerzy Marlicz. *Łowcy Przygód.* — Makuszyński Kornel. *Panna z Mokrą Głową.*

Dla dzieci.

Gebethner i Wolff: C. Niewiadomska. *Powiastki Króciutkie.*—M. J. Zaleska. *Wyprawa po Skarby.* — Urbanowska. *Gucio Zaczarowany.* — Lewis Carroll. *Ala w Krainie Czarów.* — Z. Rogoszówna. *Dzieci Pana Majstra.* — Antoni Bogusławski. *Mała Tereska.* — Ewa Szelburg-Zarembina. *Moje wierszyki.* — Makuszyński, Walentynowicz. *120 przygód Koziołka Matołka.*

Wyd. Nasza Księgarnia: Jan Grabowski. *Reksio i Pucek.* — Jan Grabowski. *Europa.* — M. J. Zaleska. *Wesele Zięby.* — Ewa Szelburg. *Najmilsi.* — Stef. Baczyńska. *Wacek i 6 jego siostrzyczek.* — M. G. *Burek i jego Przyjaciele.* — Z. Rogoszówna. *Przygody Małego Murzynka.*

Wyd. „Płomyczek": Baczyńska, Porazińska, Szelburg. *Kolorowe Obrazki.* — Ant. Bogusławski. *Jak Kaczorek Kwaczorek przez Gdańsk do Gdyni popłynął.*